



**ÉPISODE DE CHALEUR
Des initiatives pour vous rafraîchir**

Saint-Basile-le-Grand, le 18 juin 2024 – Il fait beau, il fait chaud ! La chaleur s'abat sur Saint-Basile-le-Grand, et ce, pour quelques jours. Afin de diminuer les effets de la chaleur, la Ville offre à ses citoyens diverses options pour se rafraîchir dès aujourd'hui et jusqu'au jeudi 20 juin :

- Bibliothèque Roland-LeBlanc, un lieu climatisé : exceptionnellement ouverte de 9 h 30 à 11 h 45 et de 12 h 45 à 20 h 30. Prenez note que les livres ne seront pas accessibles pour consultation hors des heures régulières de la bibliothèque.
- Jeux d'eau aux parcs du Ruisseau et de Montpellier : ouverts pour une période prolongée de 7 h à 21 h.

Conseils pratiques

La Ville rappelle à ses résidents de rester vigilants et de suivre les précautions suivantes pour éviter les malaises liés à la chaleur, réduisant ainsi les risques pour leur santé.

- Buvez régulièrement de l'eau (toutes les 20 minutes) et limitez les boissons riches en caféine ou très sucrées ;
- Réduisez les activités physiques ;
- Recherchez un endroit frais pour y passer quelques heures (si possible) ;
- Rafraîchissez-vous souvent, par la baignade ou en prenant une douche ;
- Portez des vêtements légers et clairs, et un chapeau lorsque vous êtes à l'extérieur ;

Fermez les rideaux et stores pendant la journée pour garder votre maison fraîche. Soyez attentifs aux signes de déshydratation comme l'épuisement, les propos incohérents, les crampes, les pertes d'équilibre et les évanouissements.

Pour des conseils en cas de malaise, contactez Info-Santé au 811 et en cas d'urgence, appelez le 911.

Appel au civisme pendant cette vague de chaleur

La Ville rappelle aux citoyens que les personnes âgées et les enfants en bas âge sont particulièrement vulnérables durant les périodes de chaleur intense. Portez une attention particulière à vos proches et prenez des mesures pour leur venir en aide en cas de besoin.

Rappelons que le plan d'action et d'intervention de la Ville est activé lorsque la température dépasse les 33 °C pendant trois jours consécutifs ou plus, et que la température ne descend pas sous les 25 °C pour deux nuits consécutives ou plus.

Pour plus d'information

Visitez le site du [gouvernement du Québec](#) pour des informations supplémentaires et des ressources utiles.

- 30 -

Source : Kristelle Villeneuve-Beauchamp, agente de communication et nouveaux médias
Service des communications et des relations avec les citoyens
450 461-8000, poste 8116 | k.villeneuve@villesblg.ca

Demandes médias

Stéphanie Plamondon, directrice
Service des communications et des relations avec les citoyens
450 461-8000, poste 8107 | s.plamondon@villesblg.ca